



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**TÍTULO DE ARTÍCULO**

**ENTRENAMIENTO FUNCIONAL PARA MEJORAR LA CONDICIÓN  
FÍSICA DEL CUERPO POLICIAL GOM**

**AUTOR**

**EMERSON ANIBAL CAMACHO MUÑOZ**

**TRABAJO DE TITULACIÓN**

Previo a la obtención del grado académico en  
**MAGÍSTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

**TUTORA**

**ELVA KATHERINE AGUILAR MOROCHO**

**Santa Elena, Ecuador**

**Año 2024**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**TRIBUNAL DE GRADO**

Los suscritos calificadores, aprueban el presente trabajo de titulación, el mismo que ha sido elaborado de conformidad con las disposiciones emitidas por el Instituto de Postgrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

---

**Daniela Manrique Muñoz, Mgtr.  
COORDINADORA DEL  
PROGRAMA**

---

**Elva Katherine Aguilar Morocho, PhD.  
TUTOR**

---

**Gisela Paula Chica, PhD.  
ESPECIALISTA 1**

---

**Marcelo Ávila Mediavilla, Mgtr.  
ESPECIALISTA 2**

---

**Abg. María Rivera González, Mgtr.  
SECRETARIA GENERAL  
UPSE**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**CERTIFICACIÓN:**

Certifico que luego de haber dirigido científica y técnicamente el desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por el cual apruebo en todas sus partes el presente trabajo de titulación que fue realizado en su totalidad por Emerson Anibal Camacho Muñoz, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

---

Elva Katherine Aguilar Morocho, PhD.  
C.I. 0703737981  
**TUTORA**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD**

**Yo, Emerson Anibal Camacho Muñoz**

**DECLARO QUE:**

El trabajo de Titulación, **ENTRENAMIENTO FUNCIONAL PARA MEJORAR LA CONDICION FISICA DEL CUERPO POLICIAL GOM** previo a la obtención del título en Magíster en Entrenamiento Deportivo, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Santa Elena, a los 13 días del mes de abril de año 2024

---

Emerson Anibal Camacho Muñoz  
C.I. 0950712679  
**AUTOR**



**UPSE**

**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**AUTORIZACIÓN**

Yo, Emerson Anibal CAMACHO MUÑOZ  
**DERECHOS DE AUTOR**

Autorizo a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, para que haga de este trabajo de titulación o parte de él, un documento disponible para su lectura consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de **ENTRENAMIENTO FUNCIONAL PARA MEJORAR LA CONDICION FISICA DEL CUERPO POLICIAL GOM** con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este artículo académico dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Santa Elena, a los 13 días del mes de abril de año 2024

---

Emerson Anibal Camacho Muñoz  
C.I. 0950712679  
**AUTOR**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**TEMA**

**ENTRENAMIENTO FUNCIONAL PARA MEJORAR LA CONDICIÓN FÍSICA DEL  
CUERPO POLICIAL GOM**

**Autor:** Emerson Anibal Camacho Muñoz, Lic.

**Tutor:** Elva Katherine Aguilar Morocho, PhD.

**RESUMEN**

La falta de resistencia física adecuada puede tener un impacto negativo en la salud y el bienestar general de los servidores policiales. El estrés físico y mental al que están expuestos diariamente puede resultar en un mayor riesgo de lesiones, fatiga crónica y agotamiento. Esto no solo afecta la capacidad de desempeñar su trabajo, sino también su calidad de vida fuera del ámbito laboral. El objetivo general es determinar como el entrenamiento funcional para mejorar la condición física del cuerpo policial GOM. La presente investigación es de carácter experimental, con la finalidad de recabar información de la condición física de los servidores policiales del GOM a través de evaluaciones físicas anuales. Los datos recopilados de las encuestas indican que existe un consenso entre los servidores policiales sobre la importancia crítica del acondicionamiento físico y su relación con la seguridad en el desempeño del servicio policial. Sin embargo, también revela una discrepancia perceptible entre la percepción de los servidores sobre las prioridades de las instituciones policiales y la realidad operativa de las mismas. La evaluación de la condición física destaca áreas críticas que requieren atención inmediata y una revisión holística de las políticas y prácticas actuales. La implementación efectiva de las recomendaciones propuestas puede contribuir significativamente a mejorar la preparación física, el bienestar y la eficacia operativa de los servidores policiales en el GOM. El plan de entrenamiento funcional no solo se erige como un programa físico, sino como un compromiso integral con la salud.

**Palabras Clave:** entrenamiento; funcional, condición física; GOM; servidor policial.



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**TEMA**

**ENTRENAMIENTO FUNCIONAL PARA MEJORAR LA CONDICION FISICA DEL  
CUERPO POLICIAL GOM**

Autor: Emerson Anibal CAMACHO MUÑOZ.

**Tutor:** Elva Katherine AGUILAR MOROCHO

**ABSTRACT**

Lack of adequate physical stamina can have a negative impact on the overall health and wellbeing of law enforcement officers. The physical and mental stress they are exposed to daily can result in an increased risk of injury, chronic fatigue, and burnout. This not only affects your ability to perform your job, but also your quality of life outside of work. The general objective is to determine how functional training can improve the physical condition of the GOM police force. This research is experimental in nature, with the purpose of collecting information on the physical condition of GOM police officers through annual physical evaluations. Data collected from the surveys indicate that there is a consensus among law enforcement officers regarding the critical importance of physical conditioning and its relationship to safety in the performance of police service. However, it also reveals a perceptible discrepancy between the servers' perception of the priorities of police institutions and their operational reality. The fitness assessment highlights critical areas that require immediate attention and a holistic review of current policies and practices. Effective implementation of the proposed recommendations can significantly contribute to improving the physical preparedness, wellbeing and operational effectiveness of police officers in the GOM. The functional training plan not only stands as a physical program, but as a comprehensive commitment to health.

**Key words:** training; functional, physical condition; GOM; police servant.



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**TEMA**

**CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN**  
(Colocar carta)

Nombre de la revista	Nombre y URL que avale la pertenencia de la revista: <a href="https://atenajournals.com/">https://atenajournals.com/</a>
----------------------	---





**ATENA JOURNALS**

<https://www.atenajournals.com>

## **CERTIFICATE OF ACCEPTANCE**

Dear authors: **Emerson Anibal Camacho Muñoz, Elva Katherine Aguilar Morocho**

We certify that your manuscript with title **“ENTRENAMIENTO FUNCIONAL PARA MEJORAR LA CONDICIÓN FÍSICA DEL CUERPO POLICIAL GOM”** has been accepted to be published in the *Vol. 7 (2025)* of **Atena Journal of Public Health** (ISSN: 2695-5911).

The journal is indexed/abstracted in: Google Scholar, Latindex, Dialnet, Redib, ERIH PLUS, MIAR, Publons, Index Copernicus, CiteFactor, Library of Science.

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'G. López', written in a cursive style.

**Editor-in-Chief Atena Journal of Public Health**  
Dr. Guillermo Felipe López Sánchez